

Zikir terapi **AJAIB** *ubat kegersangan hati*

ZIKIR mempunyai kedudukan yang sangat istimewa kerana ibadah ini digalakkan Islam. Ia merupakan satu bentuk amal ibadah yang menunjukkan sifat patuh dan tunduk kepada Allah disertai dengan rasa kasih, redha dan yakin kepada Allah S.W.T.

Mukmin yang sentiasa mengamalkan zikir akan dapat merasai kesannya seperti ketenangan jiwa. Firman Allah yang bermaksud: (laitu) orang yang beriman dan tenang tenteram hati mereka dengan zikrullah. Ketahuilah dengan zikrullah itu tenang dan tenteramlah hati manusia. (Surah Ar-Rad, ayat 28). Dalam kehidupan, kita sering berdepan pelbagai cabaran dan dugaan sehingga ada ketikanya membawa kepada keresahan jiwa. Justeru, dengan sentiasa mengamalkan ibadah zikir, ia ibarat terapi ajaib yang menyembuhkan keresahan jiwa manusia.

Namun, penyerapan roh zikrullah tidak datang kepada pengamalnya jika hati tidak bersama tatkala berzikir. Ketenangan hati orang mukmin terhasil daripada zikrullah adalah hakikat dalaman yang hanya boleh dirasakan oleh hati yang diselaputi kemanisan iman.

Selain itu, mukmin yang sentiasa berzikir akan diberikan ganjaran dalam firman-Nya yang bermaksud: *Dan orang lelaki yang menyebut nama Allah sebanyak-banyaknya perempuan yang menyebut nama Allah sebanyak-banyaknya, Allah menyediakan bagi mereka keampunan dan pahala yang besar.* (Surah al-Ahzaab, ayat 35)

Walaupun zikir amalan yang mudah dilakukan, tetapi menjadi berat untuk dibiasakan. Antara penghalang kepada seseorang untuk membiasakan lidah berzikir ialah disebabkan dosa yang dilakukan.

Apabila daki dosa tertampal pada hati, ia terhijab untuk menggerakkan seseorang berzikir. Faktor lain, seseorang itu dibelenggu sifat mazmumah seperti hasad dengki, suka mengumpat dan sebagainya. Sifat keji seperti ini juga akan menghijab hati untuk berzikir.